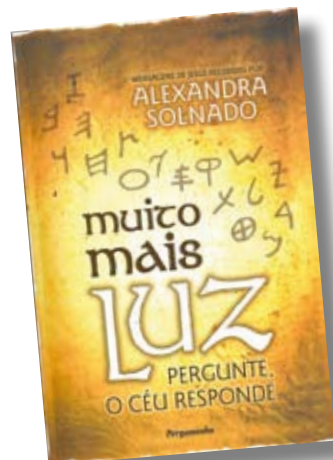


Leituras em dia

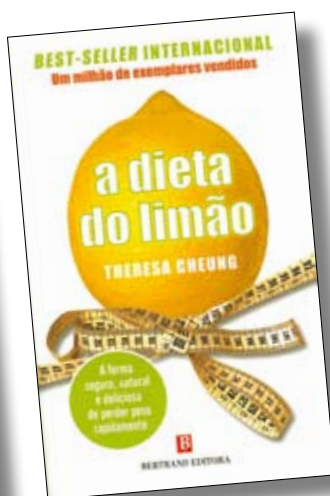
Ler é contar histórias. É mergulhar num oceano de palavras, num sonho único, numa aventura para encontrar um tesouro... o livro! Texto: Tânia Martins



Luz: Pergunte, o Céu Responde

ALEXANDRA SOLNADO

Quantas vezes temos dúvidas? Quantas vezes pedimos ajuda ao céu, mas sem a mínima esperança de obter uma resposta? Luz é uma tentativa, da parte do céu, de responder, de comunicar. Este texto, mágico e cheio de energia, destina-se a elucidar-nos sobre as questões fundamentais da vida. Para encontrar a resposta a uma questão que o assole, basta retirar dois símbolos que acompanham este livro. Consoante o desenho traçado por esses dois símbolos, irá aceder a uma mensagem de Jesus acerca da questão colocada. Sem dúvida um livro surpreendente. (Pergaminho)



A Dieta do Limão

THERESA CHEUNG

O limão está na moda e é um ingrediente-chave das dietas das celebridades. Este livro apresenta-lhe uma maneira segura e deliciosa de perder peso rapidamente recorrendo a um ingrediente natural e milagroso. Qual será então o segredo por detrás desta dieta, comprovada cientificamente? O sumo de limão estimula a produção de saliva e de sucos gástricos e é um excelente agente digestivo, determinando assim uma absorção otimizada de nutrientes, bem como uma eficaz eliminação de toxinas e perda de peso. Quem o diz é Theresa Cheung, escritora especializada em nutrição e saúde feminina e autora deste magnífico livro. Comprove-o! (Bertrand Editora)



O Grande Livro do Bebê

MÁRIO CORDEIRO

O nascimento de um filho é um momento único na vida dos pais. Chegados a casa, inicia-se uma fantástica aventura onde todas as horas, noites, dias, semanas e meses contam. O primeiro ano de vida é longo, repleto de dúvidas, perguntas, inquietações e momentos críticos. Infelizmente, ou felizmente, o vosso bebé não vem com 'manual de instruções'. Neste livro, o autor foca todas as necessidades fundamentais do bebé como, alimentação, sono, desenvolvimento, saúde e conforto, que são objecto de preocupação por parte dos pais. Sem dúvida uma obra útil e interessante. (Esfera dos Livros)



Quando é Preciso Ser Forte

DEROSE

A obra aborda história, filosofia, romance, drama, ocultismo, orientalismo, profissão, cultura e poesia. DeRose flui com facilidade e harmonia, de um tema para o outro, deixando o conteúdo bem equilibrado e prendendo a atenção do início ao fim da leitura. Embora não seja a proposta do autor, a obra acaba por se tornar uma boa conselheira para a vida. Neste livro vai encontrar a trajetória de vida de um educador que conseguiu superar as dificuldades e, mesmo com os pés feridos, trilhou o caminho do sucesso. Uma obra a não perder! (Edições Afrontamento)

Sede pelo Infinito

JYOTISHA

Um livro simples e de leitura leve que guia o leitor pelos principais conceitos espirituais da Ananda Marga, intercalados com histórias inspiradoras. Uma obra profunda mas leve ao ponto de nos acompanhar para todo o lado.

(Publicações Ananda Marga)



Irene, nome de paz

CLARA DE ALMEIDA

Através das páginas deste livro podemos seguir o percurso de vida de Irene Cruz, partilhar dos seus anseios e ideais, conhecer as suas alegrias e tristezas, vislumbrar a mulher que se metamorfoseia nas personagens que veste e apreciar o modo como sente a sua arte. Nos diálogos entre a autora e Irene, que vão surgindo ao longo da obra, confidenciam-se momentos importantes da sua vida e revelam-se segredos de tempos antigos em que a censura limitava a actividade artística em Portugal. Deixe-se contagiar por esta obra magnífica. (Contra Margem)



Meditação para Crianças

ISABEL LEAL

A meditação proposta por este livro pode ser feita em casa, no jardim, na escola ou em qualquer local que possa deixar a criança em stress. A escola, local de crescimento e criatividade, deve enquadrar novas formas de pensar e de trabalhar. Este livro é inédito. Contém um CD com música mágica e meditações guiadas que deixo como uma ferramenta para substituir os castigos e as repreensões. Em lugar destas utilize a meditação como disciplina para dar paz aos mais novos. (Pergaminho)



O Cântico dos Melros

AUGUSTO CARLOS

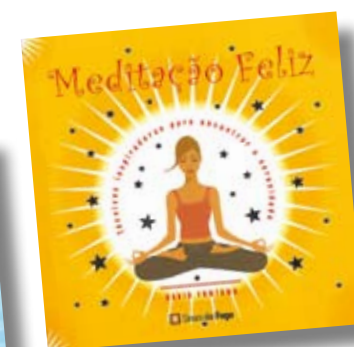
E se o Homem vivesse ao contrário, contra ele próprio, contra a Natureza de que faz parte? E se houvesse um conjunto de cidadãos que, contra a corrente dominante e guiados por uma inteligência superior, conectada com o Universo e com as leis da Natureza, zelasse pelo bem-estar da humanidade? Ficção? Só em parte. Esta obra é um grito de dor e de alerta contra um paradigma que torna o homem infeliz. É, mais do que teoria, um manual prático para aplicar à vida e evoluir. Deixe-se levar pela magia deste livro. (Nova Vaga Editora)



Dicas de Beleza

MÓNICA LICE

Este é um livro com soluções práticas, fáceis e baratas para as mulheres modernas. Isto é o que nos propõe Mónica Lince, a autora. Truques, segredos e dicas para as mais diversas situações, desde a maquilhagem à forma física, passando pela depilação ou por cuidados com a pele, mãos e pés, seios ou dentição, entre muitos outros exemplos. Tratamentos e soluções que a leitora poderá experimentar na sua própria casa. Não perca este livro fascinante! (Livros de Seda)



Meditação Feliz

DAVID FONTANA

Através de meditações diárias de apenas dez minutos, conjugadas com meditações mais longas ao fim-de-semana, aprenderá a libertar as tensões mentais, descobrindo uma sensação de verdadeira tranquilidade e paz de espírito. Os exercícios sugeridos neste livro são fáceis de executar, permitindo ao leitor integrá-los na sua rotina diária. Com recursos a técnicas que vão desde exercícios respiratórios, afirmações e visualizações, assim como meditações adequadas ao seu estilo de vida, o leitor descobrirá a serenidade plena. Uma obra a não perder! (Sinais de Fogo)